Агрессия – это деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический и моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.

В каких основных формах выражается агрессия подростков?

- **Физическая агрессия**: подросток использует физическую силу против других людей.
- **Вербальная агрессия**: подросток выражает свои негативные чувства при помощи слов, угроз, крика и т.п.
- **Раздражительность**: подросток грубит по малейшему поводу, становится резким и вспыльчивым.
- **Подозрительность**: подросток негативно настроен по отношению к окружающим, не доверяет им, считая, что «все против него».
- **Косвенная агрессия**: подросток пытается выражать свою агрессию, направленную на кого-то конкретного, посредством других людей (злые шутки, сплетни, травля).
- **Обида:** подросток может обидеться по малейшему поводу, причем обида может быть направлена на конкретного человека (сверстника или взрослого) или «на весь мир».
- **Пассивно-агрессивное поведение** (скрытая агрессия): подросток не делает то, что просят, или делает слишком медленно, забывает о просьбах и поручениях, оттягивает время.

Рекомендации родителям по взаимодействию с агрессивными детьми:

- последовательность в воспитании;
- не вводить много запретов, дать возможность ребенку почувствовать себя достаточно свободным, но при этом не переусердствовать в этом, т. е. контролировать его ненавязчиво;
- не повышать голос, не отвечать агрессией на агрессию;
- интересоваться друзьями вашего ребенка, стараться уделять больше внимания его увлечениям и интересам;
- посоветовать ребенку заняться каким-то видом спорта, поддерживать его в этом начинании. Активные спортивные занятия - один из лучших методов выплеснуть гнев, снять напряжение;
- порицать ребенка за конкретные проступки. Наказания не должны унижать его личностное достоинство;
- - не стесняться лишний раз пожалеть, посочувствовать ребенку он должен чувствовать, что вы любите и принимаете его таким, каков он есть.